

## Neuer Wanderführer für Eltern

### **Mit Kinderwagen, im Tragetuch oder auf kleinen Füßen über die Schwäbische Alb**

Barrierefrei heißt nicht gleich langweilig: Ein neuer Wanderführer präsentiert Touren über die Schwäbische Alb, die mit Kinderwagen, im Tragetuch oder auf kleinen Füßen gut zu meistern sind.

Mit einem Baby verändert sich erst einmal alles. Der bisherige Tagesablauf weicht einem ganz neuen Rhythmus, nämlich dem des Babys. Wer bisher viel und weit auf unbefestigten Wegen und Steigen gewandert ist, sieht sich oft gezwungen, den Kinderwagen über eintönige Asphaltwege zu schieben. Das kann mit der Zeit ganz schön frustrierend und langweilig sein.

### **Suche nach kindgerechten Touren**

So ging es auch den Zwillingsschwestern und je zweifachen Müttern Simone Haas und Sabine Volkert. Die beiden lieben die Natur, Ausflüge und Wanderungen. Mit Kindern im Gepäck war die Tourenplanung allerdings erst einmal eine Umstellung. Im Internet suchten die beiden oft ewig nach kindgerechten Touren, die auch für sie selbst nicht langweilig waren. Etwas wirklich Passendes war allerdings selten dabei und das Angebot viel zu breit gefächert.

Wieso also nicht einfach selbst ein Wanderbuch für Familien in der Schwäbischen Alb schreiben? Sabine Volkert ergriff die Initiative und riss mit ihrer Begeisterung direkt ihre Schwester mit.

### **Stress der durchwachten Nächte fällt ab**

Die Autorin Sabine Volkert schreibt: „Aus Begeisterung für die Schwäbische Alb und dafür, diese mit unseren kleinen Kindern zu erkunden, habe ich gemeinsam mit meiner Zwillingsschwester einen Wanderführer mit Touren speziell für Familien mit Kleinkindern und überwiegend kinderwagentauglich verfasst. Die erste Zeit mit Baby hat so ihre Herausforderungen- einen Ausflug mit der Familie zu planen und vorzubereiten ebenso. Uns hat es viel Freude bereitet, alles zusammenzustellen. Und da die Natur grundsätzlich die Laune hebt, Gehen eine super Rückbildungsgymnastik ist, Babys im Freien ruhiger werden und der Stress der durchwachten Nächte abfällt, hoffen wir mit unserem Wanderführer auch vielen Familien eine tolle Zeit auf der Schwäbischen Alb ermöglichen zu können.“

### **Ostalb hier, Westliche und Mittlere Alb dort**

Während Simone Haas mit Mann und Kindern familienfreundliche Flecken in der Ostalb und einige Bonustouren erkundete, konzentrierte sich Schwester Sabine Volkert auf die Westliche und Mittlere Alb. 56 der besten Touren haben es ins Buch geschafft. Für die Recherche haben die Autorinnen allerdings weit mehr Touren erkundet. Manche Wanderungen dauern nur etwa eine halbe Stunde und sind perfekt, um sich einfach mal die Beine zu vertreten. Andere eignen sich super für eine Halbtagestour und wieder andere sind ideal für einen Tagesausflug mit der ganzen Familie.

### **Immer wieder spannende Teilziele**

Dabei war es den beiden Frauen wichtig, dass auch Kindern, die schon selbst ein bisschen gehen können, nicht langweilig wird. Eine tolle Aussicht ist den Kleinsten nämlich nicht so wichtig wie ein

Weg zum Spielen und die Möglichkeit, jederzeit abzukürzen. Dafür braucht es immer wieder spannende Teilziele.

Auf den ersten Seiten des Wanderführers finden die Leserinnen und Leser einen Überblick über alle Touren mit Infos zu Dauer, Witterung und Wegbeschaffenheit, Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln, Höhenmeterangaben, Spielmöglichkeiten und vieles mehr.

### **Inklusive Checkliste**

Größere Kinder können sich dank der übersichtlichen Aufteilung schon selbst ihre Touren heraussuchen und lernen mit der Zeit, ihre Kraft einzuschätzen. Auf den letzten Seiten finden sich Infos zur richtigen Ausrüstung inklusive einer Checkliste und einer Legende, um sich im Buch gut orientieren zu können. Im Buch gibt es Touren für das ganze Jahr. Denn auch im Winter brauchen Eltern Abwechslung und müssen mit dem Baby mal raus.

Das Buch erscheint am 1. Dezember. Perfekt also, um schon in der Vorweihnachts- und Weihnachtszeit gemütlich ein paar neue Wege zu erkunden oder sich Inspirationen für künftige Ausflüge zu holen. Oder auch als Geschenk für werdende Eltern.

Der Wanderführer „Kinderwagen- und Tragetouren Schwäbische Alb; Westliche, Mittlere und Östliche Alb mit Bonustouren „Alb in Sicht“ – Die 56 schönsten (Wander-)Wege und Ausflugsziele vom Baby bis zum Schulkind“, ISBN 978-3-902939-16-6, 190 Seiten, ist ab 1. Dezember erhältlich im Buchhandel oder unter [wandaverlag.at](http://wandaverlag.at)

© SÜDWEST PRESSE Ulm Neue Pressegesellschaft mbH & Co. KG

*Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Vervielfältigung und Verbreitung – auch online – nur mit vorheriger Zustimmung des Verlages unter Namensnennung und ggf. gegen Honorar.*